Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

2013 este un an complet pe care va trebui să îl parcurgem zi cu zi. 365 de zile vor trece una după alta până ce vom scăpa de acest 13. Cum va fi în realitate anul nou? Va fi mai bun sau mai rău decât 2012? Va fi un an mai fericit sau mai nefericit decât cel care tocmai se sfârşeşte? Va fi mai bogat sau mai sărac? Va fi mai liniştit sau la fel de plin de tensiuni?

Există nenumărate întrebări pe care, în mod inevitabil, ni le punem la fiecare sfârşit / început de an. Aceste întrebări oscilează între temerile noastre cele mai profunde şi dorinţele noastre cele mai intime. Aproape că ne temem să ne dorim ceva bun ca nu cumva să avem parte de ceva şi mai rău. Dorinţa de a cunoaşte viitorul face parte din natura umană. Cu toţii suntem doritori să aruncăm o privire peste gardul zilei de azi. Se spune că informaţia este putere. Cu atât mai mult informaţia despre viitor. Nu degeaba cei care pretind a cunoaşte viitorul fac afaceri foarte bune.

Totuşi ce ne pregăteşte anul 2013? Aparent nimic bun. Aşa cum arată previziunile economice, anul 2013 va fi un an deosebit de dificil. Datoriile s-au acumulat pentru România, situaţia economică a Europei seamană cu cea a unui bolnav aflat la renimare, conflictele militare mocnesc în diverse regiuni destul de apropiate de România iar politicienii nu par să aibă soluţii reale. Ar trebui deci să ne resemnăm şi să spunem: deh, asta este, 13, ce vrei... ghinion.

Dacă rămânem cu privirile fixate doar pe aceste repere atunci perpectiva nu e deloc luminoasă. Într-adevăr, nimic încurajator nu se arată la orizont. Totuşi, acesta nu este tot tabloul. Există ceva ce transcende realitatea perceptibilă, ceva ce trece dincolo de evidenţele care ne confruntă. Dincolo de toate acestea există Dumnezeu.

Cred că înainte de a ne face o părere despre 2013 ar trebui să-L întrebăm şi pe El cu privire la viitor.Îmi vine în minte o făgăduinţă a Sa privitoare la viitor: „Domnul mi se arată de departe „te iubesc cu o iubire veşnică; de aceea îţi păstrez bunătatea Mea!" Ieremia 31,3.

Sună foarte bine această declaraţie de dragoste a lui Dumnezeu, precum şi referirea la viitor. Aşa este: Dumnezeu ne iubeşte cu o iubire cum numai El este în stare să manifeste, cu o iubire veşnică. Dincolo de tot ce este temporar şi nesigur, iubirea lui Dumnezeu pentru oameni rămâne de neclintit, este veşnică aşa cum este Dumnezeu Însuşi.

Anul 2013 pare să fie unul cu ghinion. Dar în iubirea lui Dumnezeu pentru oameni nu există teama superstiţioasă de ghinion. El nu numai că ne iubeşte, dar este suficient de puternic să facă iubirea Lui plină de efect pentru noi. Nu doar ne declară iubire, ci ne şi umple de ea. Ghinion... n-aş zice. Când Dumnezeu intervine, nimic nu poate merge rău.

Aveţi încredere în El şi lăsaţi superstiţiile deoparte! Ceea ce spune Biblia nu sunt doar nişte vorbe, ci este Cuvântul lui Dumnezeu.

Un an nou fericit alături de Dumnezeu!

-sfârşit-

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001
B.C.R. Alexandria

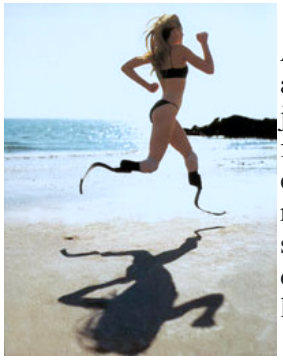
SPONSOR: AGI Construct
Construcţii civile şi industriale, tâmplărie lemn, aluminiu, PVC, etc. Tel. 0744-530900 şi 0238-717195

SPONSOR: ***A.S.I. ROMANIA***
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548; www.asiromania.ro

>>> continuare în pagina 8

Aimee Mullins:

Oportunitatea dificultății



Înainte de a împlini un an, Aimee Mullins își pierdea prin amputare ambele picioare mai jos de genunchi. Doctorul familiei sale a spus la acea vreme că nu va învăța vreodată să meargă. La 19 ani însă, Aimee stabilea recordul mondial la 100 de metri garduri și săritura în lungime.

Scurta prezentare

S-a născut în micul Allentown, în Pennsylvania, într-un cămin modest. A avut o viață grea, dar rareori s-a plâns, chiar și în timpul celor 8 ani de chinuitoare și dureroase operații ce au urmat de-a lungul perioadei ei de creștere. Primele ei proteze au fost din plastic dur, dar ea a insistat să învețe să meargă neajutată. A refuzat cârjele și a abandonat scaunul rulant spunând "Am urât acel sentiment de a fi limitată în mișcare, închisă sau dependentă de timpul altuia".

În mod miraculos a devenit mai baieței decât cei doi frați mai mici ai ei. "A făcut tot ceea ce făceau și ceilalți copii: a înnotat, s-a cățărat, a căzut din copaci" a spus tatăl ei. "Doar că ea a trebuit să muncească mai mult". La liceu a început să concureze contra copiiilor fără probleme. Profesoara ei de engleză a aflat că încântătoarea adolescentă avea picioarele protezate doar atunci când Aimee a scris un eseu despre asta. Câțiva ani mai târziu, Aimee a câștigat o bursă la Universitatea Georgetown din Washington unde a continuat să se remarce ca și atletă.

"M-a sunat într-o zi, așa dintr-o dată, și mi-a spus: Sunt Aimee Mullins, sunt o foarte bună alergătoare și vreau să mă antrenez cu tine" spune fostul ei antrenor Frank Galiano. "Mi-a spus că poartă proteze dar n-am știut ce sunt alea, așa că a fost un șoc atunci când a ajuns la antrenamente și i-am văzut picioarele false de la genunchi în jos. Era în permanență dureros și inflamat, dar Dumnezeule, ea chiar alerga!"

Gagliano i-a devenit mentor și a împins-o să participe la Paralimpicele din Atlanta în 1996.

Ea este Aimee Mullins, atleta, alergând pe un prototip de picioare din fibră de carbon. De la Jocurile Paralimpice din 1996, a lucrat ca model, speaker, actriță, marcându-și drumul spre mai multe sporturi și publicații decât am putea număra. Însă ceea ce mulți ar putea să piardă din vedere în legătură cu Aimee, este că ea este mult mai mult decât un model inspirațional.

Aimee prezintă perspectiva sa asupra modului în care "necazurile", de orice fel, trebuie privite: ca o șansă de a deveni ceea ce poți să fii, nu ca un obstacol pentru ce crede societatea că ar trebui să fii.

Aimee Mulllins a depășit cu mult ceea ce comunitatea medicală încearcă să facă producând membre artificiale. Ea este undeva acolo unde poezia întâlnește protezarea; nu trebuie să fie doar funcțional, poate fi artistic ori poate fi excentric.

"Un membru protezat nu reprezintă nevoia de a înlocui ceea ce ai pierdut, sau cel puțin nu mai este așa. Poate fi un simbol că cel ce îl poartă are puterea să creeze orice-ar fi de creat pentru acel loc, astfel că oamenii pe care societatea îi consideră a avea dizabilități, pot deveni acum arhitecții propriei lor identități, continuând să schimbe mereu acele identități și desenându-și părțile din corp de pe o poziție de oameni puternici care aleg ei cine să fie." – Aimee Mullins.

Astăzi am peste o duzină de perechi de picioare prostetice pe care diferiţi oameni le-au făcut pentru mine, şi cu ele duc diferite negocieri cu pământul de sub picioarele mele. Şi îmi pot schimba înălţimea -- pot avea până la cinci înălţimi diferite. Astăzi am 1.85. Mi-am făcut aceste picioare acum un an la Ortopedia Dorset în Anglia şi când le-am adus acasă în Manhattan, prima noapte în oraş, m-am dus la o petrecere cu pretenţii. Şi era acolo o fată care mă cunoştea de câţiva ani la înălţimea mea normală de 1.78. I-a picat faţa când m-a văzut, şi a spus, "Dar eşti atât de înaltă!" Şi i-am zis, "Ştiu. Nu e amuzant?" Vreau să spun, e puţin ca şi când ai purta picioroange peste picioroange, dar am o relaţie complet nouă cu aglomeraţia pe care nu am crezut niciodată că o voi avea. Şi mă amuzam de asta. Şi ea s-a uitat la mine, şi a spus, "Dar Aimee, nu e corect.". Şi ceea ce este incredibil este că a spus-o sincer. Nu este corect să îţi poti schimba înălţimea, după bunul plac.

Revista People a ales-o una din primele 50 de frumuseți ale lumii, este model și de curând a ieșit în circuitul speakerilor, pentru o participare primind o taxă de 13.000 de euro. "Dacă vreau ceva, obțin!" a declarat ea." Așa s-a întâmplat mereu. Oamenii își lasă visele să zboare. Nu realizează că visele lor ar trebui să fie Steaua Nordului, călăuzindu-le deciziile vieții. Nu vreau ca la 80 de ani să mă uit în urmă și să regret că mi-am pierdut vremea plângându-mi de milă".

-sfârșit-

N.R.: Aș fi dorit să public experiența de viață a unuia dintre noi, însă... Eu aștept mereu experiențele voastre.

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Unde este Împãratul de curând nãscut?

Popescu Cornel

Matei 2; 1-2

„...iată că au venit niște magi din Răsărit la Ierusalim, și au întrebat: Unde este Împăratul de curând născut al Iudeilor? Fiindcă I-am văzut steaua în Răsărit, și am venit să ne închinăm Lui.”

Răsunetul acestor cuvinte impresionează parcă la fel în fiecare an pe cei care reușesc să treacă dincolo de încântarea dată de o sărbătoare, de care fiecare se bucură cum vrea sau cum poate, și trăiesc bucuria căutării Marelui Împărat. Auzind întrebarea magilor parcă ai pleca și tu cu ei în căutarea Celui despre care le-au vorbit stelele. E copleșitoare pasiunea lor, e contagioasă căutarea după un Împărat special, nu împăratul țării lor ci un Împărat din alt Regat, care merită închinarea lor. Imaginați-vă un an în care să nu se cânte „O Betleem” sau „S-a născut Mântuitor” - cât de searbădă ar fi iarna noastră! Imaginați-vă însă o viață în care să nu te bucuri de găsirea Împăratului - cât de tristă ar fi condiția noastră.

Aș vrea să începem meditația noastră de la o întrebare: „Au găsit până la urmă magii pe împăratul iudeilor”? Să nu ne grăbim să răspundem noi ce de acum până nu încercăm să vedem ce răspuns ar fi dat cei de atunci. Dacă n-ar umbla cu siretlicuri, Irod ar răspunde deschis: „Ce împărat să mai găsească, nu eu sunt împăratul iudeilor”? Dacă i-am asculta pe iudei ei ar spune că n-au alt împărat decât pe Cezarul, iar dacă l-am întreba pe Pilat el ar răspunde că Isus până la urmă tot este un împărat. Poate că totuși pe Isus trebuie să-l lăsăm să ne răspundă, pentru că este foarte posibil ca nici magii să nu fi știut exact pe cine căutau; poate în cel mai fericit caz au știut pe cine au găsit.

Ioan 18: 33-37

„Pilat a intrat iarăși în odaia de judecată, a chemat pe Isus și I-a zis: „Ești Tu Împăratul iudeilor? Isus i-a răspuns... „Împărăția Mea nu este din lumea aceasta ...Dacă ar fi Împărația Mea din lumea aceasta, slujitorii mei s-ar fi luptat ca să nu fiu dat în mâinile iudeilor; dar acum, Împărăția mea nu este de aici”. „Atunci un Împărat tot ești!” I-a zis Pilat. „Da”, a răspuns Isus. „Eu sunt Împărat. Eu pentru aceasta M-am născut și am venit în lume, ca să mărturisesc despre adevăr. Oricine este din adevăr ascultă glasul Meu.”

Acesta este unul din pasajele Scripturii în care Isus se prezintă pe Sine, și care ne poate ajuta să înțelegem ce fel de Împărat au găsit magii, ca să știm ce fel de Împărat căutăm și noi. Din ceea ce spune Isus reiese faptul că El nu a venit în lumea aceasta ca să fie împăratul iudeilor și

nici al unei alte împărății. Dacă acesta ar fi fost scopul, Isus ar fi putut ajunge ușor împărat în momentul în care chiar diavolul I-a propus să-I ofere nu doar o împărăție, ci toate împărățiile pământului (Matei 4:8-9). Însă trebuie să ne imaginăm cum ar fi arătat o împărăție condusă de Isus dar care la rândul Lui să fie subordonat diavolului. Ar fi arătat altfel Pământul de cum arată acum, când cel rău s-a autoproclamat Stăpânitorul acestei lumi? Pe pământul nostru se fură, se înșeală, se comit crime, pământul nostru este plin de egoism, de ură, de mândrie, de neadevăr. Ar fi putut Isus care a spus că El a venit să mărturisească despre adevăr să guverneze acest pământ după reguile celui rău? Isus a spus: „Eu n-am nimic în lumea aceasta, iar stăpânitorul acestei lumi n-are nimic din Mine.” Împărăția lui Isus nu este deci din această lume.

Când Pilat a scris pe cruce - „Isus nazarineanul, Împăratul Iudeilor”, iudeiii au zis: „Scrie că El a zis că este împăratul iudeilor”, însă Isus niciodată n-a declarat despre Sine că ar fi Împăratul vreunei împărății pământești. El a spus că Împărăția Lui nu este din această lume. La începutul lucrării Sale, Isus a spus că a sosit Împărăția, dar prin asta nu a spus că va transforma acest pământ, așa cum el se găsește acum într-o împărăție a Sa. Cu durere trebuie să spunem tuturor celor care așteaptă ca pe acest pământ mânjit de păcat să curgă lapte și miere sau să fie instaurată o pace fără sfârșit, că lucrul acesta nu se va întâmpla niciodată. Când Isus a spus că a sosit Împărăția, El a vorbit de o împărăție pe care a adus-o cu Sine, nu de una pe care a găsit-o aici. Și lucrul acesta este total diferit.

Isus a numit împărăția Sa, Împărăția cerurilor, și aceasta nu mai are nimic în comun cu împărăția acestei lumi. Principiile după care se guvernează sunt altele, caracterul

>>> continuare în pagina 5

>>> continuare din pagina 4

ființelor care o populează diferă de al celor de pe pământ. Totul e diferit. Cândva această Împărăție a cuprins și Pământul, dar de la căderea omului în păcat cele două împărății diferă complet. Când Dumnezeu a creat Pământul, acesta era ca o grădină frumoasă și era parte din Împărăția lui Dumnezeu, o parte pe care Dumnezeu o dăduse omului. Când omul a ales neascultarea de Dumnezeu, atunci lucrurile s-au schimbat definitiv.

În Geneza 3:24 scrie: „Astfel a izgonit El (Dumnezeu) pe Adam; și la răsăritul grădinii Edenului a pus niște heruvimi, care să învârtească o sabie învăpăiată, care să păzească drumul care duce la pomul vieții". Aici s-au despărțit cele două împărății. Una dintre împărății avea să fie plină de durere și moarte, iar în cealaltă avea să se găsească permanent sursa dătătoare de viață. Dumnezeu a dat afară pe om din împărăția Sa pentru că mai înainte, prin neascultare, omul I-a spus de fapt lui Dumnezeu: „eu mi-am ales alt stăpân; Te rog frumos fiecare cu treaba lui". Și Dumnezeu a plecat luând cu Sine viața veșnică pe care omul nu a prețuit-o și pe care mulți și astăzi, o sacrifică bucuros pe plăcerile de o clipă ale acestei lumi.

De ce a venit totuși Isus în această lume? El a venit pentru copii Săi care, sătui de această lume, își doresc o lume mai bună, o lume în care Împărat să fie Isus. Pentru unii, viața pe pământul acesta poate părea un rai, în realitate însă ea este ca o temniță, care, fără intervenția lui Isus, macină ușor viața celor pe care-i găzduiește. În Isaia 61: 1-3 se spune: „Căci Domnul M-a uns să aduc vești bune celor nenorociți: El M-a trimis să vindec pe cei cu inima zdrobită, să vestesc robilor slobozenia, și prinșilor de război izbăvirea; să vestesc un an de îndurare, și o zi de răzbunare a Dumnezeului nostru; să mângâi pe toți cei întristați."

Orice om de pe acest pământ fără perspectiva eliberării, a vieții viitoare, a Împărăției cerurilor, oricât de liber s-ar simți este un prizonier care s-a obișnuit cu ceea ce oferă temnița, căutând să stoarcă orice aparență de bine, neținând cont că dincolo de lumea noastră este o Împărăție al cărei Împărat a coborât cândva ca un prunc într-o iesle și curând se va întoarce ca Împăratul Împăraților. Această măreață eliberare oferă celui care a fost prizonierul bolii perspectiva unei vindecări veșnice, celui permanent tulburat o pace fără sfârșit, celui care a înțeles că orice bucurie pe acest pământ durează puțin sau este scump

plătită pespectiva unei bucurii curate și de durată, iar nouă tuturor, ființe muritoare perspectiva unei vieți fără sfârșit. Pentru aceasta a coborât Isus în lumea noastră și aceasta a fost Împărăția peste care El S-a numit Împărat.

În prima sa epistolă, apostolul Petru amintește celui credincios faptul că Isus a venit din ceruri ca să ofere oamenilor o „moștenire nestricăcioasă... care nu se poate vesteji, păstrată în ceruri pentru voi" (1Pt.1:4). Petru de fapt în tot capitolul 1, face o comparație între lucrurile care aparțin acestei lumi, lucruri trecătoare, și cele care aparțin Împărăției lui Isus, lucruri veșnice. Lucrurile trecătoare:

1.Aur, argint - „căci știți că nu cu lucruri pieritoare, cu argint sau cu aur,ați fost răscumpărați" (1Pt.1:18). Lucrurile materiale care nu sunt rele în natura lor dar apreciate exagerat ajung să înrobească sufletul.

2.Felul deșert de viețuire - (1Pt.1:18). Poftele trupului care neținute sub control distrug sănătatea și duc la instabilitate emoțională și relațională.

3.Slava - „toată slava este... ca floarea ierbii" (1Pt.1:24). Mulți oameni au experimentat poate, iar majoritatea dintre noi am înțeles din experiențele altora, cât de scurt este drumul de la succes la eșec, de la înălțare la cădere.

4.Viața - „orice făptură este ca iarba" (1Pt.1:24). Scurtimea vieții este general recunoscută. Vorbim despre viață ca despre un vis, o suflare, un abur. Parcă nici n-a început bine și trebuie să se încheie. Se termină atunci când simți că ai mai fi avut atâtea de făcut.

Petru vorbește însă și de lucrurile care sunt veșnice și pe care Isus a venit să le aducă celor care Îl caută precum magii:

1. Cuvântul lui Dumnezeu - „Cuvântul lui Dumnezeu, care este viu și rămâne în veac" (1Pt.1:23). Cuvântul lui Dumnezeu va fi mereu actual. El poate fi neglijat, contestat, aruncat, poate să fie mai moale, mai suav sau uneori mai tăietor, dar Cuvântul lui Dumnezeu nu va fi niciodată învechit.

2. Sângele lui Isus - „ați fost răscumpărați cu sângele scump al lui Hristos". (1Pt.1:19) Fără jertfa Domnului Hristos nu poate fi salvare, fără credința în moartea Lui pe cruce nu poate fi mântuire.

3. Bucuria - „vă bucurați cu o bucurie negrăită și strălucită" (1Pt.1:8). Despre această bucurie vorbeau îngerii păstorilor pe dealurile Betleemului, o bucurie care cuprinde întreaga ființă, o bucurie curată și peste care nu trece nici un nor.

4. Mântuirea - „mântuirea sufletelor voastre... ținta căutărilor stăruitoare" (1Pt.1:9). Mântuirea înseamnă acea eliberare de sub robia păcatului, a neputinței și a condiției trecătoare. Este darul pe care, venind în lumea noastră, Isus l-a adus pământenilor.

Poate că te pregătești să mergi la colindat, sau să primești colindători, asigură-te dacă ești însuflețit de bucuria găsirii Marelui Împărat. Vei putea atunci să cânți despre ceea ce ai experimentat și vei influența și pe alții cu mesajul tău. Te-ai gândit poate să oferi daruri sau vei avea bucuria să primești, gândește-te însă că cel mai prețios dar deja L-ai primit. Isus ți S-a dăruit și odată cu El îți oferă veșnicia.

-sfârșit-

De ce S-a născut Hristos?

Era odată un om care nu credea în Dumnezeu şi nu ezita să spună şi altora ce simţea el în legătură cu religia şi sărbătorile creştine, cum ar fi Crăciunul. Soţia lui, totuşi, credea, şi ea şi-a crescut copiii să aibă, de asemeni, credinţă în Dumnezeu şi în Isus, în ciuda comentariilor lui negative şi împotrivitoare.

Într-un Ajun al Crăciunului încărcat de zăpadă, soţia lui şi-a luat copiii la un serviciu creştin în satul în care locuiau. L-a invitat şi pe el, dar a refuzat: „Povestea asta n-are nici un sens!" a spus el. „De ce Dumnezeu s-ar fi smerit atât pe Sine ca să vină pe Pământ ca şi om? Este ridicol!"

Aşa că ea şi copiii au plecat şi el a rămas acasă.

Puţin mai târziu, vântul a început să bată mai tare şi zăpada a început să fie viscolită. În timp ce bărbatul se uita afară pe fereastră, tot ce vedea era o furtună de zăpadă. S-a aşezat să se relaxeze înainte de a aprinde focul pentru noapte. Atunci a auzit un pocnet puternic. Ceva a lovit fereastra. Apoi încă un pocnet. S-a uitat afară, dar nu a putut să vadă mai mult de câteva urme de picior. Când vântul s-a liniştit puţin, el s-a aventurat afară să vadă ce a putut lovit fereastra. În câmpul de lângă casa lui el a văzut un stol de gâşte sălbatice.

Se părea că ele zburau spre sud pentru perioada de iarnă când au fost prinse de viscol şi nu au mai putut înainta. Ele s-au pierdut şi au eşuat la ferma lui, fără mâncare şi adăpost. Ele tocmai îşi mişcau aripile şi zburau în jurul terenului în cercuri mici, orbite şi fără nici un scop. Câteva din ele se pare că s-au izbit de geam.

Bărbatul a simţit milă pentru gâşte şi a vrut să le ajute. „Ferma ar fi un loc grozav pentru ele să stea", s-a gândit el. „Este călduroasă şi sigură; cu siguranţă ele ar putea să-şi petreacă noaptea aici şi să aştepte sfârşitul furtunii."

Aşa că el a mers până la fermă şi a deschis larg uşile, apoi se uita şi aştepta, sperând că ele vor observa ferma deschisă şi vor intra. Dar gâştele doar dădeau din aripi învârtindu-se fără nici un scop şi se părea că nu au observat ferma şi nici că şi-au dat seama ce ar însemna ea pentru ele.

Bărbatul a încercat să le atragă atenţia, dar se părea că a reuşit doar să le sperie şi ele s-au mutat mai departe. El a intrat în casă şi a ieşit apoi cu ceva pâine, a rupt-o şi a făcut o dâră de firimituri care să le conducă spre fermă. Dar ele tot nu au înţeles. Acum el a început să fie frustrat. S-a dus în spatele lor şi a încercat să le fugărească spre fermă, dar ele au devenit mai speriate şi s-au răspândit în toate direcţiile, numai spre fermă nu. Nimic din ce a făcut nu le-a determinat pe gâşte să intre în fermă unde le-ar fi fost cald şi ar fi fost în siguranţă. „De ce nu mă urmează?!" a exclamat bărbatul. „Nu pot să vadă că acesta este singurul loc unde ele ar putea supravieţui furtunii?" El s-a gândit un moment şi a realizat că ele pur şi simplu nu vor urma un om. „Doar dacă aş fi gânsac, aş putea să le salvez", a spus el tare.

Atunci i-a venit ideea. A intrat în fermă, a scos una din propriile lui gâşte şi a purtat-o în braţele sale până a ajuns în spatele stolului de gâşte sălbatice. Apoi i-a dat drumul. Gâsca lui a zburat printre celelalte direct în fermă şi, una câte una, celelalte gâşte au urmat-o spre acel loc sigur.

Bărbatul a rămas tăcut pentru un moment în timp ce cuvintele pe care le-a spus cu câteva minute mai devreme i-au revenit în minte: „Doar dacă aş fi gânsac, atunci le-aş putea salva!" Apoi s-a gândit la ceea ce i-a spus soţiei mai devreme: „De ce Dumnezeu s-ar fi smerit atât pe Sine ca să vină pe Pământ şi sa trăiască om? E ridicol!"

Dintr-o dată, totul a avut sens. Aceasta e ceea ce a făcut Dumnezeu. Noi am fost ca şi gâştele – orbi, pierduţi, distruşi. Dumnezeu L-a lăsat pe Fiul Său să devină ca noi pentru ca să ne arate calea şi să ne salveze. „Aceasta este adevărata însemnătate a naşterii lui Hristos", şi-a dat el seama.

În timp ce viscolul se potolea, sufletul lui a devenit liniştit şi medita la acest minunat gând.

Ani de îndoială şi necredinţă au dispărut ca şi furtuna trecătoare s-a plecat pe genunchi în zăpadă şi a rostit prima rugăciune din viaţa lui: „Mulţumesc, Doamne, că ai luat chip de om şi ai venit să mă scoţi din furtună!"

-sfârşit-

Mica enciclopedie de sănătate - E bine să stim

Vezica biliară, cauzele afecțiunilor și tratament

Articol semnat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

"Frica Domnului este începutul înțelepciunii; toți cei ce o păzesc au o minte sănătoasă, și slava Lui ține în veci." (Ps.111:10)

Zilele de toamnă sunt mai lungi anul acesta, iar zilele de iarnă, din câte se preconizează, vor fi la fel de generoase cu prezența, așa încât vom avea parte din plin de zile gri...

Din acest motiv, am vrut să schimbăm puțin traiectoria călătoriei noastre și să aflăm câte ceva despre un organ esențial existenței omului ca ființă rațională, activă și emoțională, în ciuda oricăror obstacole, și anume: creierul.

Creierul și funcțiile lui

Iată mai jos câteva informații fascinante culese:

Deși nu încape în obiectivul nostru să desfășuram procesul anatomic, e bine să reținem că structura creierului este formată din trei părţi:

anterior - controlează toate gândurile, simţurile, mişcarea, funcţiile, emoţiile şi foamea

mediu - controlează reflexele auditive şi vizuale, precum şi conştientizarea

posterior - controlează coordonarea şi analiza simţurilor

Are două emisfere - cea stângă pentru gânduri analitice, iar cea dreaptă pentru gânduri creative.

Dacă creierul ar fi un hard disk, acesta ar conţine 4 terabytes de informaţii.

Pe lângă informații, creierul administrează un întreg complex de activități interne și externe (activitatea neuronilor în serviciul tuturor organelor și al simțurilor, analiza informațiilor și răspunsul la acestea), fie ele automate, programate, sau auto-impuse (cum ar fi deșteptarea la o anumită oră).

De menționat că procesul de gândire al creierului este mai rapid decât însuși... gândul... un exemplu ar fi acela al reacției rapide a corpului atunci când ne împiedicăm… în mai puțin de o secundă corpul reușește să se redreseze, deci creierul, în mai puțin de o secundă interpretează toate modificările tridimensionale ale echilibrului și reușește să identifice organele care ar putea interveni în refacerea acestui echilibru postural, trimițându-le și semnalele pentru mișcările necesare. Abia după ce ne-am reglat echilibrul ne dezmeticim și ne dăm seama că ne-am împiedicat și era să cădem.

Mecanismele sunt foarte complexe, undeva în urechea internă se află organele responsabile de echilibru, cel puțin al capului, dar la nivel cerebral există organe nervoase specializate în menținerea echilibrului întregului corp. Daca am vrea să învățăm tehnici de cădere pe care să le aplicăm conștient, ar trebui să citim tratate întregi pentru a înțelege funcția echilibrului... cu toate acestea, creierul descoperă și acționează automat, în mai puțin de o secundă, pentru restabilirea acestuia. Cum este posibil? Se pare că viteza cu care circulă informațiile între sinapsele neuronale este foarte mare, de peste 270km/h.

Este excepțional cum mecanisme biofizice și biochimice pot atinge o astfel de performanță!

În urma tuturor activităților pe care le intreprindem ziua, raportat la odihna din timpul nopții, am tinde să credem ca cea mai mare parte a activității creierului se produce ziua.

Cu cât creierul nostru reușește să acumuleze si să proceseze mai multă informație, cu atât are mai multă nevoie de a amortiza excesele. Pe acestea le prelucrează și le inhibă sau potențează ori eliberează sub formă de vise.

De aceea dimineața, dacă ne gândim la ce am visat, putem deduce unde sunt punctele de tensiune din subconștient, puncte ce ne pot afecta viața, având puterea de a le estompa și în mod conștient.

Prin studii electrice si nu numai, cercetătorii au sesizat că noaptea creierul este mult mai activ decât ziua.

Oamenii de știință nu au putut explica cert mecanismele care stau în spatele acestui rezultat uimitor, însă ei cred că activitatea intensă cerebrală din timpul somnului se datorează tuturor proceselor reparatorii, atât la nivel celular si energetic, cât și ca ansamblu funcțional, ca structurare a memoriei, estompare a stimulilor afectivi prea puternici sau marcanți, deci practic are loc o reechilibrare atât fizică, dar și psihică, emoțională, comportamentală.

Mai bine de o sută de ani s-a considerat că neuronii (celule adaptate la recepționarea și transmiterea informației), nu se regenerază. Ulterior, prin studii recente, s-a ajuns la concluzia că marea majoritate a neuronilor cresc si se dezvoltă până în jurul vârstei de 7 ani, de aceea copilul mic trebuie să aibă tot felul de

>>> continuare în pagina 8

>>> continuare din pagina 7

activitați care să îi pună la treabă, atât capacitățile intelectuale, cât și motrice (dans, pian, alte sporturi ce necesită o coordonare mai intensă, nu doar alergare).

Ulterior alte studii au scos în evidență că unii neuroni se regenerează chiar la 2 săptămâni. Acest fapt s-a aflat în încercarea de a explica funcția olfactivă (mirosul). La anumite mirosuri foarte puternice sau care conțin noxe toxice, neuronii olfactivi, o bună parte din ei, mor.

La câteva astfel de întâmplări, dacă nu s-ar regenera, ar trebui să fie distruși toți și noi să rămânem fără miros. Însă acest lucru nu se întamplă, pentru că la două săptămâni neuronii olfactivi se regenerează, menținându-ne funcția olfactivă în bune condiții.

Totodată alți neuroni din creier se regenerează, unii însă cu o rată foarte lentă, de exemplu de 30 de ani. Astfel, dacă moartea unui astfel de neuron s-a produs la 40 de ani, teoretic regenerarea lui ar trebui să fie finalizată undeva la 70 de ani, însă la această din urmă vârstă este mai puțin probabil datorită proceselor de senescență (îmbătrânire) care intervin.

Deși el reprezintă centrul de percepție și interpretare a durerii, totuși materia nervoasă propriu-zisă nu prezintă receptori pentru durere. Vă gândiți probabil: atunci cum ne doare capul? Sau de ce apar la un moment dat acele dureri insuportabile când există o tumoră cerebrală care crește și apasă pe materia nervoasă? Aceste dureri aparțin țesuturilor adiacente materiei nervoase, ele fiind inclusiv

timp. Femeile sunt mult mai emoționale, deoarece acestea au un sistem limbic mai mare, sistem care reglementează emoțiile. Cu toate acestea, bărbații au lobul parietal inferior mai mare, zonă care controlează capacitatea de analiză matematică.

Există un mit cum că noi ne-am folosi în jur de 7% din creier și doar Einstein a folosit 10%. Cercetătorii au ajuns însă la concluzia ca în orice moment tot creierul nostru are o activtate mai mult sau mai puțin intensă, însă cel puțin o activitate de bază, care să-i mențină tonusul. Practic nu există zonă inactivă din creier și după rezultatele cercetătorilor ne folosim mai mult din materia nervoasă, practic fiecare arie intră în activare intensă în anumite situații.

Afecțiuni ale creierului

Ca orice organ, și creierul suferă de anumite tulburări sau afecțiuni, însă boala care a bătut recordul mondial în ceea ce privește evoluția răspândirii ei, în secolul nostru este depresia.

Depresia este o stare mentală caracterizată prin tristețe patologică, durere morală, pesimism, autodevalorizare, dezinteres, anxietate la care se asociază o încetinire psihomotorie (bradipsihie, akinezie, abulie, etc.) și simptome somatice (constipație, anorexie sau înfometare, etc.).

În prezent, boala afectează aproximativ 121 milioane de oameni pe glob. În România a fost depistată

ASOCIAȚIA PENTRU PERSOANE CU DIZABILITĂȚI "RIDICĂ-TE ȘI UMBLĂ"
organizează concertul umanitar:
Fericita noastră dizabilitate,
BETLEEMUL
15 decembrie, ora 18.00, Palatul Național al Copiilor
B-dul Tineretului 8-10, sector 4, București
Expoziție realizată de persoanele cu dizabilități: artizanat din lemn, pictură în plastilină, goblen
Solișți: Lavinia Stoian, Mariana Iacobescu
Recitatori: Daniel Gheorghe, Anca Zarcada, Cristina Maghiu, Nicolae Popcov, Florin Mărieș
Grupul "Sanctus"
Orchestra Pro muzica
Corul persoanelor cu dizabilități: Ridică-te și umblă
Corul studenților AMiCUS București
Prezentatori: Aurel Burcea și Mircea Bratosin
La pian: Ioana Minea
Scopul concertului umanitar este strângerea de fonduri pentru construirea unei săli de recuperare pentru persoanele cu dizabilități la sediul asociației din str. Mitropolit Dosoftei nr. 22 C
Concertul va putea fi urmărit în direct pe site-ul www.ridicatesiumbla.ro
ADRA ROMANIA
amicus BUCUREȘTI
sperantatv
RVS

...::: *Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă”* :::...

Ridică-te și umblă... ca să ridici pe alții

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Un om în cărucior a observat în fața unui magazin o femeie cu baston alb care plângea. Apropiindu-se de ea a întrebat-o de ce plânge. Ea i-a spus că însoțitoarea ei a lăsat-o în fața magazinului și a plecat, aruncându-i peste umăr ultimile cuvinte prin care a asigurat-o că nu se mai întoarce s-o ducă înapoi, acasă. Femeia oarbă plângea și pentru faptul că nu va mai putea să facă piața, întrucât era departe de casa ei, iar fără însoțitor era imposibil. Atunci bărbatul i-a propus că el ar putea să o ducă acasă cu condiția să-l împingă în direcția locului în care se afla casa ei, dirijând-o cu pricepere pe unde s-o ia. Ea a fost de acord, iar bucuria rezolvării acelei situații a făcut-o să spere că va ajunge din nou acasă. Dar perspectiva sumbră de a nu se mai aproviziona a stârnit din nou un val de lacrimi, tocmai când se apropia de casă. Atunci el i-a făcut a doua propunere: când ea ar fi dorit să meargă la cumpărături, el ar aștepta-o în fața casei ei și ar conduce-o acolo unde ar fi dorit. Fața ei se însori de bucurie și spuse un ”da” plin de speranță. Dar și ea l-a sigurat că îi va împlini și lui nevoia de a ajunge acolo unde ar fi vrut. Și a început o prietenie cu mult folos.

După ce am descoperit viziunea asociației ”Ridică-te și umblă” în ocaziile trecute, vom parcurge în mod necesar un traseu practic de misiune pe care nu doar il propunem să fie aplicat, ci se va impune cu putere din trei motive:

a. o inițiativă spre binele altora revigorează pe destinatarul proiectului cât și pe cel care o inițiază

b. acțiunea de a oferi un bine necondiționat dă sens de viață și rost celui care promovează acest stil de viață

c. doar prin dăruire se poate descoperi dragostea, singura capabilă să aducă împlinire totală și veșnică, singurul combustibil de suflet care determină și întreține eternitatea vieții

Reamintind viziunea

Acest proiect are scopul formării unei familii unite prin suferință, părtășie, activități comune, dragoste și credință, pentru ca în acest cadru să învățăm să fim de folos unii altora pe un registru sufletesc cât mai bogat. Spunea cineva în mod inspirat așa: ”în fiecare zi când mă trezesc îmi spun că atâta timp cât soarele este pe cer, iar mintea îmi este limpede, am datoria față de mine în primul rând să trăiesc fiecare secundă, să realizez tot ce-mi propun, să iubesc, să învăț, să ajut și, cel mai important, să fiu om egal cu toți ceilalți, dar unic în felul meu.”

Prioritatea nr. 1

Asociația ”Ridică-te și umblă” își va afirma cu strigăt valorile ei. Valoarea egalității, valoarea demnității umane, în ciuda dizabilităților, valoarea respectului, valoarea prieteniei garantate, valoarea sprijinului necondiționat, valorile spirituale ale credinței, iubirii și a faptelor pline de bunătate.

Fără principii clare și respectate se năruie orice familie. De aceea, din inima acestui organism creat pentru o viață de grup fericită, vor izvorî eforturi îndreptate spre o societate care năruie valorile existenței și pe care o cheamă la refacerea acelei atitudini de frumusețe morală și demnitate.

Asociația, prin oamenii cu dizabilități, alături de voluntarii ei, vor căuta să-i apropie pe oamenii valizi de conduita corectă și nobilă față de cei care au dezavantajul de a nu fi asemenea lor în capacități fizice, dar bogați în cele psihice și sufletești în urma depășirii limitelor.

Prioritatea nr. 2

Oamenii cu dizabilități din asociația care își declară speranță prin numele ei, vor căuta să slujească pe orice om prin capacitățile lor șlefuite de suferință și luptă cu handicapul. Ei vor face o infuzie de sensibilitate și talent exprimate în darurile pe care Creatorul le-a dat cu generozitate. Din experiența suferinței lor ei vor aduce vestea vindecării de depresie și de lipsă de sens. A-l ridica pe altul este satisfacția deplină, dar și etalonul pentru cel mai bun lucru care se poate face pe pământ.

Prioritatea nr. 3

Asociația își propune, ca apogeu al autodepășirii limitelor, să dea glas speranței în Dumnezeu ca răspuns la oferta pe care Creatorul o dă fiecărui om atins de dizabilitatea păcatului, restabilind prin credința în El scopul pentru care a fost creat. Acela de a fi o reflectare fidelă a dragostei divine, nu doar pentru o perioadă scurtă de viață, ci pentru eternitate. Altfel nimeni nu are sens pe pământ și nimeni nu se poate bucura de viață decât în măsura făgăduințelor refacerii complete, fizice și spirituale din oferta Dumnezeului nostru bun.

După un timp în care cei doi își împleteau abilitățile, ajutându-se unul pe altul, ea i-a mărturisit că se descurca greu cu gătitul, întrucât însoțitoarea care a părăsit-o făcea ea totul. Atunci, cu multă reținere, dar cu demnitate și teamă, i-a propus să o ajute din când în când să-i prepare o mâncare gustoasă, căci era priceput în arta culinară. Bucuria ei era de nedescris. Prietenia lor era tot mai strânsă și scăldată în recunoștință reciprocă. Într-o zi, el i-a spus că a avut un vis, dar că îi este greu să-l spună. Ea a insistat să-l relateze. Cu un tremur în voce el i-a spus că a visat că se căsătorise cu ea. Femeia s-a îmbujorat de plăcere și a început să plângă. El continuă să relateze visul spunând că în momentul în care ea a ajuns la altar, împingându-l în fața preotului și atunci când fiecare a spus ”da”, deodată ea a strigat că vede, dar că și el s-a ridicat din cărucior mergând fără sprijin. ”E doar un vis” a spus el. ”Care trebuie împlinit”, a continuat ea. Și a fost o nuntă frumoasă. Dragostea lor le-a adus ochi să vadă și putere să meargă.

TU NU EȘTI SINGUR

Tu nu ești singur niciodată
Că Eu veghez mereu asupra ta,
Sunt umbra ta, pe mâna ta cea dreaptă,
Din paza Mea, nicicând nu vei pleca.

Ridică-ți ochii înspre cer și vezi
Tot ce-am creat e numai pentru tine
Și munți, cu dealuri și câmpii cu flori,
Doar din iubirea Mea, doar pentru tine.

Sunt Păzitorul tău la orice pas,
Și de căldura zilei, frig sau noapte
Cu sufletul să-ți fie plin de har
Și Tu să mă slăvești în toate.

Privește-n sus, mai sus, pe culmile credinței.
De ce privești în jos, plin de-ntristare,
Când Eu am dat, tot ce-am avut mai scump
Chiar viața Mea, pentru a ta răscumpărare!

Te vreau, copile, ești tot ce Îmi doresc
O binecuvântare pe acest pământ, o mărturie,
Prin tine să arăt acestei lumi,
Că-n viața ta, mă ai pe Mine.

Să fii epistolă, citită de oricine
Să arăți că Tatăl tău e Creator,
Iar tu, făptura Lui cea vie.

Am gânduri mari copilul meu cu tine,
Să-ți arăți credința vie orișicui,
Și apoi tu să-i aduci la Mine
Să vă iubesc cu sete de nespus.

Pot să se mute munții și dealuri clătinate,
Iubirea Mea nu va pleca din tine
Și legământul Meu de pace pururea,
Îl voi păstra mereu, mai viu în tine.

Te-am pus ca o pecete, pe inima Mea,
Căci dragostea-i mai tare ca moartea
Pe unde-o fi să treci, Eu sunt cu tine,
Copilul Meu să fii mereu încrezător în Mine.

Oricât de mari vin apele spre tine
În mâna Mea, tu ești în siguranță.
Încrede-te copilul meu deplin
Și vino să trăim mereu în pace.

Eu am venit să te salvez pe tine
Cu dragoste din cer, tot ce-am avut.
Am investit cu drag, viața Mea în tine
Ca tu cu ceea ce-ai primit
Să mă slăvești deplin pe Mine.

Necazurile prin care ai trecut
Eu ajutor divin ți-am dat în toate,
Te-am mântuit și te-am iubit
Din prima zi de când tu te-ai născut
Și tot așa voi face, pân' la moarte.

Un caracter plăcut e tot ce vreau
Ca tu să te împrietenești cu Mine
Și te vei bucura de pacea Mea deplin
Și fericirea va izvorî mereu din tine.

Sabou Firuța - Târgoviște

StĂ LA UȘI ȘI BATE

Peste lumile-nstelate
Peste bolți întunecate
Glasul Tatălui răsbate:
S-a născut Isus.

Prin mulțimea de păcate
Pentru lacrime vărsate
Fiul, să mai stea nu poate
Și-a venit de sus.

Cerul a rămas departe,
Lacrimile lumii, toate
Chiar de-atunci, din acea noapte
El mereu le-a plâns.

Prunc și Miel înjunghiat
El pe cruce a răbdat
Să ne spele de păcat
Cât sânge a curs.

Astăzi, stă la uși și bate
Dar nu se deschid toate,
Și cărându-Și crucea-n spate
El plângând... S-a dus.

Ies afară-ntr-un târziu
Acum drumul e pustiu
Plâng... și ce să fac nu știu
Și privesc în sus.

Doamne, ia-mi Tu inima
Iesle ca să faci din ea.
Iartă-mă, să pot vedea
Pe pruncul Isus.

Gheorghiță Țînțar - Târgoviște

DECEMBRIE

Aşa se încheie anul
Cu această mare lună
În care aflăm cu toţii
Ştirea despre-o veste bună

Căci în ea Mântuitorul
Pe pământ jos a venit
Să ne-aducă bucurie
Noi îi zicem: Bun sosit

Dar şi ea are o cifră
Doisprezece orişicând
Ce-i simbolică şi mare
Pentru întregul pământ

Andreaş Dan - Zalău

CĂUTARE

Călăuziţi de o lumină nevăzută
Străbatem zi de zi drumul vieţii
De învingem sau de am pierdut
Am vrea să ţinem anii tinereţii.

Lângă noi, în suflet mereu
Să ardă vie flacăra speranţei
Şi când e bine sau e greu
Să râdă ochii tăi şi ai mei.

De bucurie sau de fericire
Să sorb zi de zi un pahar
Înconjuraţi de căldură şi iubire
Să nu o căutăm în zadar,

Credinţa sufletul să-l umple
Să ne regăsim în ceea ce căutăm
Chiar dacă firele apar la tâmple
Să ne bucurăm, nu să regretăm.

Că viaţa e o căutare
Peste care Dumnezeu e stăpân
Iar dacă adesea doare
E pentru acel loc mai bun.

Călătorind spre paradis
De eşti trist sau fericit.
Dumnezeu e Cel ce a zis
De Mine eşti iubit.

Vali Fencea - Ciutelec (Bihor)

CRĂCIUNUL

Când vine iarna, natura se îmbracă în alb,
Este mireasa care-și așteaptă mirele drag,
Albul zăpezii simbolul purității el este,
Decembrie ne anunță o frumoasă veste.

Ultima lună din an ne spune, ne dă de veste,
Că Nașterea Domnului foarte aproape este,
În curând va veni Crăciunul de mulți dorit
Atunci când pe lume Isus la noi a venit.

În seara aceea steaua sus pe cer a răsărit,
Iar cei trei magi în căutarea Lui au pornit,
Și după ce pe părinți și Isus au găsit,
Aur, smirnă și tămâie ei i-au oferit.

Doamne ce multă bucurie pe lume este,
Când ziua venirii Tale pe lume sosește,
Atunci natura îmbrăcată-n alb este curată.
Și cheamă creștinii la biserică și se roagă.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeș)

VI S-A NĂSCUT MÂNTUITOR

Împăratul Măririi
A coborât din slava cerească,
Ca să îmbrace natura omenească.

A trăit pe pământ prin locuri grele
Și în mari încercări nu S-a retras din ele
Căci Mărirea Lui a fost acoperită,
Iar toată slava Lui a fost dovedită.

El evita strălucirea în afară
Și nu lăsa un suflet rătăcit să piară,
Și nici o frumusețe să nu atragă-n jurul Său,
Decât frumusețea Cuvântului lui Dumnezeu.

Mulți îngeri au coborât pe pământ
Dar puțini au fost aceia care i-au văzut,
Lui Zaharia când la altar slujea
I s-a descoperit profeția.

Din neamul lui David în cetatea Betleem
Se va naște Mesia, e marele semn,
Îngerii ajutaseră pe Iosif și Maria
Ei știau de la început că are să Se nască Mesia.

Păstorii turmele-și păzeau
Despre Mântuitorul făgăduit ei vorbeau,
Și în noaptea aceea liniștită și senină
Îngerii le-au adus vestea cea bună.

Lumina a strălucit în jurul lor
Și îngerii le-au spus
Vi S-a născut un Mântuitor,
Numele Lui va fi Hristos Domnul,
Iar pentru omenire va fi Liberatorul.

Ca să-L cunoașteți vă dăm un semn,
E un Prunc în scutece-nfășat
În iesle de vite este El culcat.

Și păstorii ziceau unii către alții
Haidem să mergem la Betleem,
Pe Iosif și Maria și Pruncul să-L vedem.

Sacrificiul Mântuitorului,
Care a dat Tronul Cerului
Isus pentru omenire
Și-a dat viața spre jertfire
Noi să avem Mântuire.

Șuteu Magda

ÎNȚELEPCIUNE

În mansarda Sa celestă,
Unde nimeni nu-L contestă,
ARHITECTUL,
Stă, gândește, desăvârșește...
Cu migală, fără fală,
Nici în glumă, nici cu gumă,
Construiește ample poduri
- de lumină și senin -
Fără ură, fără chin,
Între alfa și omega!

Nicolae Popcov - București

NINGE

Dedicată **prietenilor de suferință.**
În mod deosebit lui **Aurel Burcea**

Ninge, este decembrie,
Iarăşi a venit iarna la noi.
Noi cu drag colindătorii aşteptăm.
Şi naşterea Domnului cântăm.
Că astăzi de la răsărit o Stea s-a ivit.
Este steaua ce a răsărit
Când Domnul Isus S-a născut.
Veniţi, veniţi cu mic cu mare
Să aducem daruri sfinţiei Sale
Aur, smirnă şi tămâie.
Şi colinde sfinte să cântăm,
Şi pe Domnul să lăudăm
Şi pe Maica sfîntă să prea mărim
Că din trupu ei curat a născut
Pe al lumii Împărat

Chită Adriana
Răchitoasa (Bacău)

ADIO

Pentru **Elena Ghiță**

Adio îngeraș iubit,
Rămâi de acum cu bine,
S-a stins iubirea dintre noi,
Și dorul meu de tine.

Vei plânge poate mai târziu,
Sau poate niciodată,
Vei regreta? Asta n-o știu,
Dar multe se și iartă.

Vei plânge cum am plâns şi eu,
Vei plânge nu de mine,
Ci pentru că s-a chinuit,
Un suflet pentru tine.

Liviu Conea
Lipănești (Prahova)

NINGE!

dedicată familiei
Bălan Cristina, Doina şi Iuliana.

Afară ninge necontenit,
Sufletul e fericit.
Cu dantelă brodaţi pomii,
Uite, ce bucuroşi sunt copii.

Iată, cerne zăpada mereu
Oamenii slăvesc pe Dumnezeu.
Crăciunul e iubire,
Christos dăruieşte fericire.

Naşterea Lui binecuvântată,
De îngeri şi oameni cântată.
Îngerii transmit bucuria,
E credinţă veşnică Mesia.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

UN PLÂNS ÎN RAMA

Un plâns se-aude-n Rama,
Plânset, bocet în ea,
Plânge ah, Rahela,
Plânge menirea cea grea...

Plânge azi de necaz,
Lacrimi sunt pe obraz,
Vin sa-i aduc azi un dar,
Să-i şterg lacrima-n har.

Şi o apuca un dor ,
De copil da pierdut,
De un blestem neştiut,
De-un necaz cunoscut.

Sunt azi lacrimi în cer,
Păcătoşi care pier,
Azi aud povara şi ieri,
Şi aceasta-i un mare mister.

Emanuel Tu din cer,
Vino azi la drumeţi ,
La drumeţi însetaţi,
La părinţi neiubiţi şi la fraţi.

Vino azi de Crăciun
Vin cu Domnul iţi spun
Vino azi în Rama
Plânge, plânge cu ea...

Diaconu Liviu

ALBĂ CA ZĂPADA

Dedicată fiicei mele **Ozana Cozma**

Are fața albă, ochii ca cicoarea,
Părul-i se revarsă-n bucle caastanii
Trupu-i zvelt animă patruzeci de țânci
Când pornește jocul celor mai pitici.
Se apleacă caldă lângă o fetiță
Care-i supărată că păpușa ei
Nu vrea s-o asculte, nu vrea să mănânce
Și s-a murdărit pe mânuța ei.
Unul râde-n hohote, șiretul
Când educatoarea-i spune că-i ghiduș
Altul se dezmiardă că ar vrea să plece
După ce mănâncă, chiar pe derdeluș.
Știe când să-i lase să se joace-n voie
Sau să îi adoarmă colo-n pătucel,
Dar mai știe, doamne mândră, cu mărgele
Să-i învețe scrisul și povești cu zmei.
Ați ghicit voi, oare, cine este Doamne
Albă ca zăpada cu patruzeci de țânci?
Este chiar Ozana, fiica mea cea scumpă
Și-i dedic eu, mama-aceste rime dulci.

Gheordănescu Maria
Cobadin (Constanța)

Mitică

Dragii mei colegi de suferință! Mă numesc Mitică și vă rog din suflet cine are să-mi doneze aparat de masaj. Am diagnostic tetrapareză spastică. Puteți suna la nr. **0747-364283**. Vă mulțumesc.

Lucuț Vasile

Mă numesc Lucuț Vasile, jud. Satu Mare, com. Turț, str. Ulița Mare, nr. 290. Am un handicap gr. I și am mare, mare nevoie de o pereche de orteze fixe de genunchi. Tatăl mi-a murit în urmă cu două luni, mama e grav bolnavă, iar indemnizația de însoțitor nu o prea primim de la Primărie. Rog din toată inima ca oricine poate să mă ajute să mă sune la **0740-779309**. Vă mulțumesc din suflet.

Dana

Persoană serioasă fără obligații îngrijesc non-stop persoană bolnavă sau copil la domiciliul acestora. Tel **0784-763257**. Anuntul e valabil pentru Ardeal.

Bologa Anișoara - Greci (Mehedinți)

A plecat dintre noi, după o lungă și grea suferință, Muscalu Iuliana din Strehaia. Noi, toți prietenii tăi o să-ți ducem dorul și o să-ți simțim lipsa.

Omul care știa să se dăruiască (necrolog)

16 noiembrie va rămâne o zi rece și tristă pentru că din acea zi, Marius Păsat, nu va mai putea răspunde la salutul celor din asociația ”Ridică-te și umblă”. După o suferință suportată cu optimism și răbdare, împletită cu speranța refacerii, cel care nu știa să spună ”nu” atunci când era chemat să ajute pe cineva în nevoie, pleacă dintre noi totuși cu o pace în suflet și cu demnitatea unei vieți a cărei influență va rămâne printre noi.

Membru al asociației și personalitate puternică ancorată în muncă, uneori prea multă, cu un angajament deseori cât doi oameni valizi, Marius ne-a impresionat cu calmul lui, cu răbdarea și mai ales cu disponibilitatea lui față de cei din jur, măsurată prin sacrificiu. Oricând gata să parcurgă drumul de la Oltenița la București în ocaziile întâlnirii asociației, cei care erau luați în mașina lui pot spune despre caracterul lui rar și despre valorile lui sufletești pe care nu le poți uita.

Alături de o mamă luptătoare și plină de dăruire, care a stat lângă patul lui de spital zi și noapte, într-o așteptare a unei evoluții mai bune a stării lui, putem spune că această familie ne-a vorbit și ne vorbește despre modul în care trebuie să ne dăruim în dragoste autentică.

O mică delegație din partea asociației compusă din Gina și Ciprian, Elena Pătrașcu și George Uba i-au adus un ultim omagiu vieții lui frumoase risipită printre noi.

Seninătatea cu care a plecat în somnul morții ne dă posibilitatea de a crede că și-a făcut socotelile finale cu Cel care poate să garanteze refacerea vieții dacă te agăți prin credință de El.

Ne va fi dor de el.

George Uba - președinte Asociația ”Ridică-te și umblă”

..::: La Mulţi ANI! :::... ..::: La Mulţi ANI! :::... ..::: La Mulţi ANI! :::... ..::: La Mulţi ANI! :::...

Asociația și Biserica "Ridică-te și umblă"

Asociația si Biserica "Ridică-te și Umblă" București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna decembrie, un sincer și călduros ***„La mulţi ani!"****, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat:* ***Andrei Liviu Bălăceanu, Cristian Gabriel Cretburg, Maria Danac, Valentin Cătălin Horhan, Ionuț Gabriel Neacșu, Cătălin Sebastian Pacu, Ionela Elena Pacu, Ioan Rândașu, Florentina Iuliana Stanislav, Cristian Cătălin Torje, Camelia Maria Tudose, Amelia Vlahopol.***

Popescu Petre

Cu ocazia zilei de naștere, aș dori să transmit pentru mamaia ***Popescu Elena****, care pe data de 26 dec. împlinește o frumoasă vârstă, din partea mea, Petre, Alina - nepoată, Gigi - fiu, Rodica - noră și Gicu - cuscru cele mai sincere urări de sănătate ,fericire și* ***„La mulţi ani!"***

De asemenea pentru ***Bălășoiu Gheorghe****, din partea noastră, Gigi - cumnat, Rodica - sora, Alina - nepoată și nea Petre, tot binele din lume, sănătate și bucurii pentru data de 30 decembrie, alături de un* ***„La mulţi ani!"*** *din partea tuturor!*

Pop Mihai - Breb (Maramureş)

Pentru o prietenă atât de minunată a sufletului meu, ***Adriana Chită****, ce pe 12 decembrie va adăuga o frumoasă crizantemă la buchetul vieţii, îi transmit un sincer şi călduros* ***„La mulţi ani!"*** *cu multă sănătate, fericire, multe bucurii, împlinirea tuturor dorinţelor, o viaţă presărată cu multă iubire şi fie ca Domnul să-i poarte paşii numai pe petale de trandafir! Dumnezeu să-ţi dea multă fericire, / Iubirea să-ţi încălzească sufletul mereu. / Dragostea şi succesul să nu te părăsească, / Să-ţi dea Domnul putere, ca tânără şi plină de viaţă să rămâi mereu!*

Gheordănescu Maria – Cobadin (Constanța)

Pentru fiica mea ***Ozana****, care pe 15 decembrie împlinește o frumoasă vârstă, cu dedicația: „Floare rară, floare de colț / Tu ești mândria și fericirea, / Când intri în casă de drag eu mă pierd, /* ***„La mulţi ani!"*** *scumpa mea fată."*

Pentru ***Chită Adriana*** *care pe data de 12 decembrie împlinește ani plini de înțelepciune și dăruire sufletească. Noi toți prietenii: Doinița, Eugen - Cristian Belciu, Ganea Constantin, îți spunem toți* ***„La mulţi ani!"*** *cu dedicația: „Adriana, scumpă Adriana / Cu glas dulce ca bomboana /* ***„La mulţi ani!"*** *noi îți urăm / Sănătate, fericire / Crezi tu să ne scrii / Ești iubită, tu să știi!"*

Pentru ***Daniela Ganea****, care pe data de 7 decembrie împlinește o frumoasă și tânără vârstă, tăticul Constantin și toată „gașca": Doinița, Maria, Anișoara, Eugen - Cristian, îți urează* ***„La mulţi ani!"*** *cu dedicația: „****„La mulţi ani!"*** *dragă Daniela, / Cea cu sufletul tău cald, / Te rugăm să urci la stele, / Și să ne aduci un brad; / Nu avem pretenții grele / Nici nu-ți cerem nici-un dar / Te rugăm să-L rogi pe Domnul / Sănătate să ne dea!"*

Nu în ultimul rând ***„La mulţi ani!"*** *pentru* ***Ionica Ciobanu****, care pe data de 25 decembrie își serbează ziua de naștere: „ Tu mămică harnică / Cu dulceață în vorbire / Îți dorim să ai de toate / Să fii iubită, răsfățată, / Și să ai și sănătate!" Semnează toată „gașca": Doinița, Costel, Maria, Anișoara, Eugen - Cristian.*

Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)

În luna decembrie prietenii mei de suferință mai pun o floare în buchetul vieții. Pe 4 decembrie, ***Liviu Macovei*** *din jud. Bacău; pe 5 decembrie* ***Ani Șalac*** *din Bistrița; pe 23 decembrie* ***Mariana Lucuța*** *din Recaș, fac o frumoasă vârstă. Vă doresc dragii mei să vă de-a Dumnezu multă sănătate și multă putere de a merge mai departe. Vă dăruiesc toate florile din lume și* ***„La mulţi ani!"***

Bologa Anișoara - Greci

Pentru ***Aurel Burcea*** *care pe 1 ianuarie împlinește o frumoasă vârstă. Îți doresc multă sănătate, fericire, bucurii, putere de a merge înainte și de scoate mereu revista noastră de suflet.* ***„La mulţi ani!"***

Pentru ***Florin Horanic****, care pe 9 decembrie împlinește o frumoasă vârstă. Multă sănătate, fericire* ***„La mulţi ani!"***

Pentru prietenele mele dragi și de suflet ***Chită Adriana*** *și* ***Dedu Voicuța****, 12 decembrie. Le doresc multă sănătate, bucurie, fericire și* ***„La mulţi ani!"***

Pentru ***Beianu Victoriţa****, 26 decembrie, multă sănătate, bucurii, fericire* ***„La mulţi ani!"***

Mocanu Jeni - București

Pentru prietena mea ***Chită Adriana*** *care pe 12 decembrie mai pune un trandafir în buchetul vieții. Un înger alb pe un covor de nea va trece azi prin casa ta și-ți va spune blând, șoptit* ***„La mulţi ani!"*** *și tot ce îți dorești.*

Noua lege a asistenței sociale (7)

Asistența socială a persoanelor vârstnice

Av. DANA BORDEIANU

În urma solicitării unui cititor al revistei Împreună, în numarul de față voi prezenta câteva aspecte generale cu privire la pensia de invaliditate, neavând, desigur, pretenția de a răspunde punctual oricărei situații cu care cititorii s-ar confrunta. Asrfel că, dacă aveți întrebări suplimentare, le aştept pe adresa de mail: dana_rvs@yahoo.com.

Aşadar, conform articolului 68 din Legea 263/2010, pensia de invaliditate se cuvine persoanelor care şi-au pierdut total sau cel puţin jumătate din capacitatea de muncă, din cauza:

a)accidentelor de muncă şi bolilor profesionale, conform legii;

b)neoplaziilor, schizofreniei şi SIDA;

c)bolilor obişnuite şi accidentelor care nu au legătură cu munca.

Legea 263/2010 mai stabileşte că au dreptul la pensie de invaliditate, în aceleaşi condiţii şi elevii, ucenicii şi studenţii care şi-au pierdut total sau cel puţin jumătate din capacitatea de muncă, ca urmare a accidentelor de muncă sau bolilor profesionale survenite **în timpul şi din cauza practicii profesionale.**

Persoanele care şi-au pierdut total sau cel puţin jumătate din capacitatea de muncă şi marii mutilaţi, ca urmare a participării la lupta pentru victoria Revoluţiei din Decembrie 1989 ori în legătură cu evenimentele revoluţionare din decembrie 1989, care erau cuprinşi într-un sistem de asigurări sociale anterior datei ivirii invalidităţii din această cauză, au dreptul la pensie de invaliditate în aceleaşi condiţii în care se acordă pensia de invaliditate persoanelor care au suferit accidente de muncă.

Mergând mai departe, articolul 69 stabileşte că, în raport cu gradul de reducere a capacităţii de muncă, invaliditatea este:

a)de gradul I, caracterizată prin pierderea totală a capacităţii de muncă şi a capacităţii de autoîngrijire;

b)de gradul II, caracterizată prin pierderea totală a capacităţii de muncă, cu păstrarea capacităţii de autoîngrijire;

c)de gradul III, caracterizată prin pierderea a cel puţin jumătate din capacitatea de muncă, persoana putând să presteze o activitate profesională, corespunzătoare a cel mult jumătate din timpul normal de muncă.

(2)CNPP şi casele de pensii sectoriale, prin intermediul Institutului Naţional de Expertiză Medicală şi Recuperare a Capacităţii de Muncă şi al comisiilor centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului Român de Informaţii, după caz, organizează, îndrumă şi controlează activitatea de expertiză medicală şi recuperare a capacităţii de muncă.

Evaluarea capacităţii de muncă, în vederea stabilirii gradului de invaliditate, se face, **la cerere**, de către medicul specializat în expertiza medicală a capacităţii de muncă din cadrul CNPP, denumit *medic expert al asigurărilor sociale*, sau de către comisiile de expertiză medico-militară de pe lângă spitalele din sistemul de apărare naţională, ordine publică şi siguranţă naţională, acolo unde este cazul.

Pentru evaluarea capacităţii de muncă, cererea şi documentele medicale ale solicitantului se depun la cabinetul de expertiză medicală a capacităţii de muncă din cadrul casei teritoriale de pensii competente, în funcţie de domiciliul solicitantului, sau, după caz, la comisiile de expertiză medico-militară de pe lângă spitalele din sistemul de apărare naţională, ordine publică şi siguranţă naţională.

În urma examinării clinice şi analizării documentelor medicale, medicul expert al asigurărilor sociale completează raportul de expertiză medicală a capacităţii de muncă şi **emite decizia medicală asupra capacităţii de muncă**. În cazul comisiilor de expertiză medico-militară de pe lângă spitalele din sistemul de apărare naţională, ordine publică şi siguranţă naţională, acestea emit decizii medicale de încadrare într-un grad de invaliditate, care vor fi avizate de comisia centrală de expertiză medico-militară a Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor sau a Serviciului Român de Informaţii, după caz.

În situaţia în care, pentru emiterea deciziei medicale, sunt necesare investigaţii sau examinări de specialitate suplimentare, medicul expert al asigurărilor sociale propune, după caz, prelungirea duratei concediului pentru incapacitate temporară de muncă, în condiţiile legii.

Totuși, trebui să rețineți că decizia medicală se emite în termen de 45 de zile de la data înregistrării cererii şi se comunică în termen de 5 zile de la emitere.

Desigur, decizia medicală asupra capacităţii de muncă poate fi contestată, în termen de 30 de zile de la

>>> continuare în pagina 18

Când corpul si creierul nu mai sunt în contact

de Kathryn Kuitenbrouwer

O mamă caută cauza bolii misterioase de care suferă fiul ei, jucător de hochei.

A doua săptămână de încercări pentru fiul meu de 12 ani: eram la serviciul de neurologie al spitalului pentru copii din Toronto, SickKids - şi priveam la un tehnician care l-a transformat pe Christopher în meduză, fixându-i electrozi pe cap. Neurologul său îi prescrisese o encefalogramă (EEG), un test care să-i măsoare activitatea electrică a creierului, pentru a descoperi originea crizelor de colaps nediagnosticat de care suferea.

"Noi nu cunoaştem aproape nimic despre creierul uman", spune tehnicianul fără să-şi ridice privirea. Cuvintele sale nu mă prea încurajau. Totuşi, determinarea şi calmul său, m-au făcut să-l aprob, înclinându-mi capul. Christopher a fost internat de urgenţă de două ori deja. El a fost supus la un IRM al măduvei (examen al măduvei spinării prin rezonanţă magnetică), o radiografie a umerilor, un bilanţ cardiac, analize de sânge... şi multe colapsuri.

El descria ce a simţit: "Este ca şi cum un curent electric pleca din umărul sau din gâtul meu şi circula prin corp foarte repede. Apoi cădeam."

De fiecare dată când se prăbuşeşte, el este scuturat de tremurături, înainte de a-şi găsi echilibrul. Colapsurile nu durează mult, dar îl obosesc foarte tare. Cum încă nu reuşisem să descoperim cauza acestora în cele două săptămâni de când au apărut, Christopher dădea dovadă de o mare prudenţă. Eu aveam nervii întinşi la maxim, dar încercam să fac o bună figură în faţa fiului meu.

Medicina modernă procedează prin eliminare. L-au supus la teste, pentru a vedea dacă nu suferă de o anumită boală. În aşteptare, nu aveam decât un subiect care mă preocupa: absenţa diagnosticului. Christopher mi-a zis: "Tu va trebui să mă îngrijeşti cât voi trăi?" Eram tristă că el se gândea la această posibilitate şi speriată că ar putea avea dreptate.

În cursul unei şedinţe, doctorii de la spitalul SickKids ne-au anunţat că încă nu descoperiseră nimic anormal pe plan medical. Această veste era însă ca o sabie cu două tăişuri. După părerea lor, crizele fiului meu, erau de origine psihologică. Poate era prea stresant pentru el să joace hochei într-o echipă de categoria AA? Soţul meu a exclamat: "Sigur? Dar noi nu l-am presat niciodată să facă aceasta. A fost întotdeauna ideea lui să joace, niciodată a noastră!" "Atunci poate acesta este cauza: conflictul", replică neurologul.

Totodată, am văzut că a apărut şi o problemă psihiatrică. Cum Christopher nu a obţinut un diagnostic - şi neputând să ignore ceea ceea ce i se întâmpla -, panica a început să-l cuprindă. Nu mai putea merge la şcoală şi chiar dacă colegii şi coechipierii îl vizitau, vizitele acestea îl stresau şi crizele au început să se multiplice. Când prietenii îl sunau, el le cerea să nu vină deoarece se simţea foarte obosit.

În cursul primei luni de incertitudine, Christopher a început să nu mai aibă poftă de mâncare şi a slăbit cinci kilograme. Era speriat de ideea să meargă singur la toaletă şi prefera să nu iasă pentru a evita să meargă. Acasă, nu vroia să părăsească canapeaua şi nici măcar să se ridice. Încetase să-şi mai utilizeze braţul stâng. Pentru a evita căderile, prefera să se târască. În ciuda precauţiunilor, el se prăbuşea de două până la şase ori pe zi.

Am încercat să mă încurajez când crizele s-au mai rărit. Patru ore! Mi-am sunat soţul, mirată de acest lung timp fără colapsuri. Apoi Christopher eşuă din nou şi inima mi se strânse.

Îl întrebam adesea fiului meu: "Eşti sigur că nu ţi s-a întâmplat nimic?"

Într-un final mi-a povestit un incident: "Înaintea primei căzături, am făcut o mişcare greşită în timpul unui antrenament cu echipa mea. Un jucător şi-a scăpat crosa din mână în direcţia mea. Nu am observat-o, am căzut pe umărul stâng şi m-am lovit de bară. Capul mi-a fost puternic zdruncinat din faţă spre spate. Apoi m-am ridicat."

- De ce nu mi-ai spus nimic?

- Vroiam să mai joc! Mă simţeam bine. - O remarcă tipică de atlet, părea această acţiune a lui: să-şi ascundă rănile.

O altă evaluare psihiatrică. De această dată i-a fost pus un diagnostic "Ceva ce seamănă cu o stare de stres post-traumatică" s-au ESPT. Chiar dacă mă bucuram că avem în sfârşit un diagnostic, ne-au prevenit că vor dura săptămâni, chiar şi luni, până ce Christopher va putea fi văzut de echipa de psihiatri a spitalului.

Christopher a ţipat într-o noapte. M-am trezit şi m-am înspăimântat că ar putea să moară. Într-un sens chiar asta s-a şi întâmplat. El nu mai era decât piele şi os. Braţul stâng i se atrofiase şi-i mai rămăsese puţini

>>> continuare în pagina 17

>>> continuare din pagina 16

mușchi la picioare. Spatele și brațele i se acoperiseră cu păr negru și când l-am privit de aproape mi-am dat seama că pielea sa începuse să miroasă urât. Îl simțeam ca pe un animal care se descompunea. Fiul meu era pe cale să putrezească. Am început să înnebunesc în așteptarea consultației psihiatrice. Cum puteam să-l văd prăpădindu-se, fără să fac nimic?

Scriam pentru a-mi câștiga existența și am decis să mă consacru la ceea ce puteam să fac mai bine: m-am lansat în cercetarea despre ESPT, traumatismele, panica. Am descoperit că creierul reacționează bizar când nu mai are încredere în diferitele părți ale corpului: el întrerupe contactul. Creierul ajunge să nu mai recunoască membrele care funcționează normal. Singura posibilitate de a "reconecta" membrele, era să le utilizezi, dar Christopher refuza să mai parcurgă câțiva pași prin casă și să miște brațul și mâna stângă.

M-am agățat cu îndârjire de această mică speranță. Am cerut ajutorul unui practician a metodei Feldenkrais, o tehnică care ajută la creșterea conștienței de sine prin mișcare care repune în contact corpul și spiritul. Am avut o mare șansă, această pistă a fost bună. "Trebuie să-i masați jambele și să-i mișcați mâinile și degetele. Trebuie să-i amintiți creierului, că poate să aibă încredere în membre." El m-a învățat cum să procedez.

Întindeam picioarele lui Christopher și i le masam. Îi ceream să le împingă cu forță pe podea. Îi țineam degetele sub un jet de apă chiar dacă erau sensibile de țipa cât putea de tare. Puțin câte puțin metoda a început să de-a rezultate. Fiul meu a început să meargă și să alerge. A început să-și utilizeze brațul și să țină un creion. Într-un final a reușit să aibă și sprijinul echipei de psihiatrie a spitalului SickKids care l-au încurajat să-și asume și mai multe riscuri, până acolo că trei luni mai târziu, colapsurile au dispărut.

După două luni fără probleme, Christopher se simțea suficient de refăcut pentru a putea merge la un parc de distracții cu un nou prieten. Eram foarte fericită pentru el. Încrederea lui mă impresiona. S-a dat cu plăcere în toate instalațiile care sfidau gravitația. S-a întors acasă amețit și cu greață și a reînceput să se moaie. Această cădere a avut loc pentru vreo trei săptămâni, dar eroic Christopher nu s-a panicat. El s-a ridicat și și-a reluat activitățile.

Am scris un mesaj doctorului său pediatru pentru a-l întreba dacă căderea aceasta nu este urmarea vreunei comoții cerebrale făcute cu mai multe luni în urmă. El mi-a răspuns că contrar la ce am crezut înainte, leziunile la creier nu i-au cauzat efecte pe termen scurt sau lung. El mi-a spus că corpul poate de asemenea declanșa un stres psihoemoțional și că ipoteza mea nu este plauzibilă: creierul este complex.

Da, creierul este complex. Noi știm foarte puțin. Poate că într-o zi știința va putea demonstra că există legături foarte strânse între neurologie și psihologie. De aici până acolo, Christopher a înlocuit hocheiul cu breakdansul. Într-o zi s-a trântit la pământ și a făcut o rotație dificilă. "Aceasta se numește un get-down!", îmi spuse râzând.

Să te trânteşti la pământ și să râzi. Oare ar exista un mijloc mai bun să alungi amintirile înspăimântătoare de anul trecut?

-sfârșit-

Sursa : Selection.ca dec. 2012

Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

>>> continuare din pagina 15

comunicare, la comisiile medicale de contestaţii sau la comisiile centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului Român de Informaţii, după caz.

Comisiile medicale de contestaţii funcţionează în cadrul centrelor regionale de expertiză medicală a capacităţii de muncă şi Institutului Naţional de Expertiză Medicală şi Recuperare a Capacităţii de Muncă.

Deciziile comisiilor medicale de contestaţii şi ale comisiilor centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului Român de Informaţii date în soluţionarea contestaţiilor pot fi atacate la instanţele judecătoreşti competente **în termen de 30 de zile de la comunicare.**

Deciziile medicale asupra capacităţii de muncă, precum şi deciziile prevăzute la alin. (9) necontestate în termen rămân definitive!!

Articolul 73 din legea 263/2010 a suferit recent o modificare importantă prin Decizia de Neconstituționalitate 680/2012, astfel că vechiul text: *Persoanele care şi-au pierdut capacitatea de muncă din cauza unor boli obişnuite sau a unor accidente care nu au legătură cu munca beneficiază de pensie de invaliditate dacă au realizat stagiul de cotizare necesar în raport cu vârsta*, la ora actuală este redat astfel: **„ Persoanele care şi-au pierdut capacitatea de muncă din cauza unor boli obişnuite sau a unor accidente care nu au legătură cu munca beneficiază de pensie de invaliditate dacă au realizat stagiul de cotizare necesar."** Cu alte cuvinte, nu mai are importanță vârsta dar legea obligă în continuare la cotizare – adică muncă salarizata si impozitată.

Pe de altă parte, trebui să ştiţi că pensionarii de invaliditate încadraţi în gradul I de invaliditate au dreptul, în afara pensiei, la o indemnizaţie pentru însoţitor, în cuantum fix. Cuantumul indemnizaţiei pentru însoţitor reprezintă 80% din valoarea unui punct de pensie, stabilită în condiţiile legii. Această indemnizaţie pentru însoţitor se suportă de la bugetul de stat.

Pensionarii de invaliditate sunt supuşi revizuirii medicale periodic, în funcţie de afecţiune, la intervale cuprinse între un an şi 3 ani, până la împlinirea vârstelor standard de pensionare, la termenele stabilite de medicul expert al asigurărilor sociale sau, după caz, de către comisiile centrale de expertiză medico-militară.

După fiecare revizuire medicală, medicul expert al asigurărilor sociale, respectiv comisiile centrale de expertiză medico-militară emit o nouă decizie medicală asupra capacităţii de muncă, prin care se stabileşte, după caz:

a)menţinerea în acelaşi grad de invaliditate;

b)încadrarea în alt grad de invaliditate;

c)redobândirea capacităţii de muncă.

Dreptul la pensie de invaliditate se modifică sau încetează începând cu luna următoare celei în care s-a emis decizia medicală asupra capacităţii de muncă, emisă în urma revizuirii medicale.

Neprezentarea, din motive imputabile pensionarului, la revizuirea medicală atrage suspendarea plăţii pensiei începând cu luna următoare celei în care era prevăzută revizuirea medicală sau, după caz, încetarea plăţii pensiei, în condiţiile legii.

Revizuirea medicală se poate efectua şi la cererea pensionarilor, dacă starea sănătăţii lor s-a îmbunătăţit sau, după caz, s-a agravat.

Decizia medicală asupra capacităţii de muncă emisă la revizuirea medicală urmează aceleaşi proceduri de contestare şi soluţionare, conform prevederilor art. 71.

La solicitarea pensionarului, revizuirea medicală se poate efectua şi înaintea termenului stabilit în decizia medicală a capacităţii de muncă, indiferent de gradul de invaliditate, dar numai până la împlinirea vârstelor standard pentru obţinerea pensiei pentru limită de vârstă.

Cererile de revizuire pentru agravare sau ameliorare, împreună cu documentele medicale care atestă starea de sănătate, se depun la cabinetul de expertiză medicală a capacităţii de muncă ori la comisiile de expertiză medico-militară, după caz.

Mare atenție, nu mai sunt supuşi revizuirii medicale pensionarii de invaliditate care:

a)prezintă invalidităţi care afectează ireversibil capacitatea de muncă;

b)au împlinit vârstele standard de pensionare prevăzute de prezenta lege;

c)au vârsta mai mică cu până la 5 ani faţă de vârsta standard de pensionare şi au realizat stagiile complete de cotizare, conform prezentei legi.

Constatarea se face numai cu avizul Institutului Naţional de Expertiză Medicală şi Recuperarea Capacităţii de Muncă sau al comisiilor centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului Român de Informaţii, după caz.

Conform articolului 80, Institutul Naţional de Expertiză Medicală şi Recuperarea Capacităţii de Muncă, centrele regionale de expertiză medicală a capacităţii de muncă sau comisiile centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului Român de Informaţii **pot convoca pentru expertizare pensionarul de invaliditate**. Concluziile expertizării sunt obligatorii şi definitive.

Neprezentarea la Institutul Naţional de Expertiză Medicală şi Recuperarea Capacităţii de Muncă, la centrele regionale de expertiză medicală a capacităţii de muncă sau la comisiile centrale de expertiză medico-militară ale Ministerului Apărării Naţionale, Ministerului Administraţiei şi Internelor şi Serviciului

Dănilă Neculai - Suceava

Nu mai mi-ați scris de atât de mult timp, așa că atunci când am văzut că plicul este de la d-voastră, am citit rapid cele scrise, dornic de a afla cum vă mai simțiți și ce ați mai făcut. Îmi pare rău că din punct de vedere fizic starea d-voastră s-a înrăutățit, însă mă bucur că din punct de vedere spiritual ați rămas cu aceeași încredere neclintită în El, în dragostea și-n purtarea Sa de grijă.

Vă mulțumesc pentru multele referințe biblice pe care mi le-ați trimis.

Morariu Dionizie - Frătăuții Noi (Suceava)

O scrisoare lungă și bogată, cu o impresionantă poveste de viață a acelui „frate de suferință" rus. Încă nu știu când și dacă o voi publica. Aștept să mai scrieți.

Gheordănescu Maria - Cobadin (Constanța)

Ca de obicei, o scrisoare caldă și bogată în conținut, astfel că iarăși întâlnim numele d-voastră la 3-4 rubrici ale revistei. Mulțumim și slavă lui Dumnezeu că v-a smuls din acele probleme de sănătate.

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeș)

Ca întotdeauna, o scrisoare plină cu detalii și comentarii din natură, din lumea religioasă, din lumea socială, etc. Nu știu cum ar fi o lună fără... Practic, de 2-3 ani de zile, scrisoarea ta sosește prima din lună. Să nu-ți dispară acest bun obicei.

Trif Corina - Mangalia

Te felicit pentru modul în care scrii acum. Până acum, parcă copiai din reviste, acum spui aceleași lucruri, dar sunt altfel spuse, sunt mai personale, mai din tine. Mulțumesc pentru cele scrise. Și eu aștept ca El să înlăture răul de pe pământ. Și într-adevăr, multă răbdare a avut și încă are cu fiecare dintre noi.

Maggie Parrish; Mocanu Cătălin; Magda - Rădăuți

Mesaje scurte de apreciere și confirmare a primirii revistei. Mulțumesc!

Doresc să corespondeze:

Marius

Bună, mă numesc Marius, am 33 de ani, sufăr de un handicap fizic. Aș vrea să cunosc o fată tot cu handicap, să ne acceptăm reciproc! Mă puteți găsi pe mes: ***coroby_marius*** *sau la tel.* ***0727-338062; 0760-347592*** *și* ***0755-457283***

Nicu

Mă numesc Nicu, am 42 ani și caut o doamnă cu dizabilități, vârstă apropiată. Rog seriozitate. Tel. ***0763-896262***

Vasile

Domn, 44 de ani, diabetic insulino-dependent, caut persoană diabetică pentru căsătorie. Tel. ***0725-377650****.*

Leonard

Ma cheamă Leonard, am 35 ani, sunt din Prahova / Câmpina, am o problemă de sănătate „mono pareză dreapta" și doresc să cunosc și eu o femeie cu suflet bun și credință în Dumnezeu, pentru o relație de lungă durată. ***0720-855327****.*

Mitică

Mitică, 48 ani, diagnostic „tetrapareză spastică". Merg pe picioarele mele, dar cu mici sechele. Îmi doresc să cunosc o femeie cu probleme de sănătate asemănătoare cu ale mele, pentru o relație de căsătorie. ***0747-364283***

George

Mă numesc George, am 31 ani, 1.75 m, șaten, ochi căprui, handicap gr. 2, doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. ***0756484156*** *și* ***0733-318264***

Joica

Mă numesc Joica și sunt din Pașcani, județul Iasi. Am 54 de ani, 1.65 m, 70 kg. Din nefericire sunt o persoană cu dezabilități neuromotorii. Vreau să învinge singurătatea. Pentru aceasta doresc să corespondez pentru prietenie și căsătorie cu persoane care doresc același lucru ca și mine. Tel. ***0236-346885;*** *cosmote* ***0761-411210***

Marius

Mă numesc Iordache Ionel Marius, am 31 ani, sunt creștin penticostal și aș vrea să-mi fac prieteni din toată țara, să vorbim despre Cuvântul lui Dumnezu și despre alte lucruri. Tel. ***0734-750257***

Mircea

Mă numesc Mircea, am 29 de ani, 1,75 m, 50 kg., albinism generalizat, cu ochi albaştri, persoană cu handicap vizual, creştin adventist din Bucureşti. Doresc o relaţie de prietenie care să se finalizeze cu căsătorie, cu o fată creştină adventistă. Îmi doresc ca fata să fie serioasă, sinceră, fidelă, să ofere încredere, să se implice total în relaţie (ca şi mine), să mă iubească, să mă accepte aşa cum sunt, aşa cum face şi Dumnezeu cu noi; să fie spirituală, să fie credincioasă şi să iubească pe Dumnezeu. Îmi doresc o fată fără obligaţii, cu acelaşi handicap ca şi mine (vizual şi albinism) sau normală pentru a-mi fi un ajutor potrivit mereu, aşa cum vrea Dumnezeu, ca să mă înţeleagă aşa cum sunt eu, din toate punctele de vedere. Fata să aibă între 18-29 ani. Cine îşi doreşte o aşa căsnicie o aştept la tel. ***0737-459099; 0749-346779*** *şi* ***0765-310700****, e-mail şi ID:* ***mirceacostel1984@yahoo.com****. Vă rog seriozitate maximă! Mulţumesc mult pentru înţelegere. Dumnezeu să vă binecuvânteze!*

Vasi

Am 33 de ani, 1,75 m, 72 kg, ochi albaştri, păr şaten şi am un handicap de vedere gradul 2. Sunt o fire romantică, sensibil, sincer, modest, fără vicii şi obligaţii, cu credinţă în Dumnezeu. Sunt în căutarea jumătăţii, să aibă vârsta între 20-35 ani. Să fie sinceră, fără vicii, cu sau fără obligaţii. Tel. ***0731-882752; 0755-773450*** *sau* ***0768-437333***

Bogdan

Bună! Mă numesc Bogdan, am 30 de ani, am un handicap gr. 2, doresc să cunosc o domnișoară cu vârsta cuprinsă ntre 22-31, pentru prietenie / căsătorie. ***0768-265889*** *(între orele 9-16). Nu răspund la număr privat.*

Viorel

Caut tânără adventistă pentru prietenie / căsătorie. Mă numesc Viorel Măciucă. Am 44 de ani și sunt din Prahova. Relații la tel. ***0733-113288***

Paul

Tânăr, 35 ani, brunet, ochi căprui, plinuț, inteligent, sensibil, atrăgător, dar cu o dizabilitate motorie, doresc să cunosc o domnișoară 30-35 ani, prezentabilă, inteligentă, gospodină și cu o oarecare dizabilitate. Menționez că locuiesc în Iași. ***0747-040411****.*

Paul

Paul, 47 ani, 1,80 m, 75 kg, prieten adevăr, romantic, situaţie bună (casă), zonă urbană, (Oltenia) vreau căsătorie pentru veşnicie, cu o fiinţă ce-L iubeşte pe Creator, să vină la mine pntru a învăţa împreună cuvîntul „Iubire". Dacă eşti sinceră, serioasă, singurătatea ţi-e grea, suferi, vrei s-o alungi, şi-ţi doreşti fericirea, sună-mă la tel: ***0747-799153; 0766-819991****; şi sigur vei fi fericită şi iubită pe vecie. Garantez. Mă rog, ştiu că există potrivită mie la suflet, eşti la răscruce cum sunt şi eu, te caut prin Rugăciune şi numai cu ajutorul Domnului vreau să te găsesc. De aceea te caut, te chem, te strig! Răspunde-mi şi vino, femeie, bună, modestă şi cu bun simţ, doar tu şi împreună să fim. Amin!*

Trif Corina - Mangalia

Mă numesc Corina, am 34 de ani și doresc să corespondez pe diverse teme, dar mai ales pe teme biblice ce pot aduce mângâiere. ***Trif Corina Str. M.I. Dobrogeanu, nr.77 bl. Gold, et. 1, ap. 106, loc. Mangalia, jud. Constanţa, cod 905500***

Daniel - Bârlad

Sunt un tânăr foarte simpatic de 33 ani, care nu miroase a băutură, țigară, transpirație, serios, la locul lui, am handicap gr. 2 și aș vrea să-mi găsesc și eu jumătatea mult căutată, de vârstă apropiată, 30-33 ani, necăsătorită sau divorțată, dar fără copii, credincioasă, frumoasă, calmă, foarte calmă, foarte sinceră, care a avut și ea un mic accident, nu din naștere. Dacă se poate, să fie din împrejurimi. ***0786-935704***

Mitică

Mă numesc Mitică din Tulcea, doresc o femeie cu probleme de sănătate asemănătoare cu ale mele. Am tetrapareză spastică, cu mici sechele. Merg pe picioarele mele. Dacă dorește pot locui la ea. ***0747-364283***